

Утверждаю:  
Директор \_\_\_\_\_ Е.Н. Дорохина

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

23 Декабря 2024г.

Приложение №8  
: СанПин 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	200			10,00	43,00	10/3
	<i>Каша кукурузная молочная</i>	200	2,00	3,00	22,00	125,00	8/1
	<i>Батон с джемом</i>	40	2,00	1,00	21,00	99,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>440</b>	<b>4,22</b>	<b>4,01</b>	<b>53,71</b>	<b>267,73</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100	1,00		10,00	43,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,30</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	60	1,00	6,00	5,00	77,00	23/1
	<i>Рыба в бульоне с гренками</i>	180	13,00		8,00	85,00	41/3
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	150		3,00		26,00	6/1
	<i>Язык говяжий в томатном соусе</i>	80	1,00	4,00	4,00	55,00	2/1
	<i>Компот из клюквы (брусники)</i>	200			12,00	50,00	22/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>695</b>	<b>16,20</b>	<b>14,51</b>	<b>40,82</b>	<b>358,67</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Кефир</i>	180	6,00	7,00	9,00	126,00	420/9
	<i>Апельсины</i>	70	1,00		6,00	26,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>7,09</b>	<b>7,27</b>	<b>14,58</b>	<b>152,15</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>-Винегрет овощной</i>	130	3,00	13,00	12,00	176,00	82/3
	<i>Расстегай с рыбой</i>	70	9,00	4,00	21,00	153,00	312/1
	<i>Чай полусладкий</i>	200			7,00	28,00	6/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>450</b>	<b>15,35</b>	<b>17,79</b>	<b>64,76</b>	<b>480,29</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1935</b>	<b>43,00</b>	<b>44,00</b>	<b>184,00</b>	<b>1302,00</b>	